

## Cambio del paradigma en el uso de las redes sociales

### *Paradigm shift in the use of social networks*

**Andrés Armando Rojas Galeano**  
Universidad de Jaén  
[andresrojascompositor@gmail.com](mailto:andresrojascompositor@gmail.com)

Recibido 15/10/2025 Revisado 21/10/2025  
Aceptado 21/10/2025 Publicado 31/10/2025

### Resumen:

La humanidad paulatinamente ha ido saliendo de la pandemia global causada por el virus del COVID-19. Pandemia que causó estragos sin precedentes en el mundo contemporáneo: millones de fallecimientos, crisis sanitaria, confinamiento, distanciamiento, además de la entrega colectiva y el posterior descubrimiento de la vigilancia panóptica son algunos de ellos. Lamentablemente, estragos que actuaron tan solo como preámbulo para una confrontación bélica entre dos órdenes mundiales diferentes, el establecido y el que se quiere establecer<sup>1</sup>. Sin precedentes en la era contemporánea porque son eventos que han lastimado principalmente la espina dorsal del mundo desarrollado, el primer mundo.

Como resultado, los predominantes en el orden mundial han sido afectados gravemente por los daños causados. Mientras que el resto del mundo, el mundo en vía de desarrollo, aunque también seriamente descompuesto por las circunstancias, está más acostumbrado a esos “desbarajustes sistémicos” y avanza como caballo desbocado, con una venda en los ojos.

### *Sugerencias para citar este artículo,*

Rojas Galeano, Andrés Armando (2025). Cambio del paradigma en el uso de las redes sociales. Afluir (Ordinario IX), págs. 133-142, <https://dx.doi.org/10.48260/ralf.9.247>

ROJAS GALEANO, ANDRÉS ARMANDO (2025). Cambio del paradigma en el uso de las redes sociales. Afluir (Ordinario IX), octubre 2025, pp. 133-142, <https://dx.doi.org/10.48260/ralf.9.247>

---

<sup>1</sup> Al momento de escribir este texto, estaba iniciando la guerra entre Rusia y Ucrania.

**Abstract:**

Humanity has gradually emerged from the global pandemic caused by the COVID-19 virus. A pandemic that wreaked unprecedented havoc in the contemporary world: millions of deaths, a health crisis, confinement, social distancing, in addition to collective surrender and the subsequent discovery of panoptic surveillance, are just some of them. Unfortunately, these havocs acted merely as a preamble to a warlike confrontation between two different world orders: the established one and the one aspired to be. Unprecedented in the contemporary era, these events have primarily hurt the backbone of the developed world, the first world.

As a result, those in power within the world order have been severely affected by the damage caused. While the rest of the world, the developing world, although also seriously disrupted by circumstances, is more accustomed to these "systemic disruptions" and is advancing like a runaway horse, blindfolded.

***Palabras Clave: cambio de paradigma, redes sociales, pandemia psíquica***

***Key words: paradigm shift, social networks, psychic pandemic***

*Sugerencias para citar este artículo,*

Rojas Galeano, Andrés Armando (2025). Cambio del paradigma en el uso de las redes sociales. Afluir (Ordinario IX), págs. 133-142, <https://dx.doi.org/10.48260/ralf.9.247>

ROJAS GALEANO, ANDRÉS ARMANDO (2025). Cambio del paradigma en el uso de las redes sociales. Afluir (Ordinario IX), octubre 2025, pp. 133-142, <https://dx.doi.org/10.48260/ralf.9.247>

## Diagnóstico: Inconsciente

La humanidad paulatinamente ha ido saliendo de la pandemia global causada por el virus del COVID-19. Pandemia que causó estragos sin precedentes en el mundo contemporáneo: millones de fallecimientos, crisis sanitaria, confinamiento, distanciamiento, además de la entrega colectiva y el posterior descubrimiento de la vigilancia panóptica son algunos de ellos. Lamentablemente, estragos que actuaron tan solo como preámbulo para una confrontación bélica entre dos órdenes mundiales diferentes, el establecido y el que se quiere establecer<sup>2</sup>. Sin precedentes en la era contemporánea porque son eventos que han lastimado principalmente la espina dorsal del mundo desarrollado, el primer mundo.

Como resultado, los predominantes en el orden mundial han sido afectados gravemente por los daños causados. Mientras que el resto del mundo, el mundo en vía de desarrollo, aunque también seriamente descompuesto por las circunstancias, está más acostumbrado a esos “desbarajustes sistémicos” y avanza como caballo desbocado, con una venda en los ojos.

Es una situación grave, densa, pero comprensible, y es lógica, puesto que refleja una pandemia igual o más dañina que el COVID-19, que ha ido creciendo durante siglos; es la causante de millones de muertes, forjadora del orden económico y de la inestabilidad sistémica. De hecho, es un virus tan grande, que perfectamente se ha camuflado y que consideramos como algo positivo, lleno de libertades y comodidades, de facilidades y soluciones. Es el velo de la sombra, es la **pandemia psíquica**.

Es un virus tan poderoso y está tan incrustado en nuestro mundo, que grandes pensadores contemporáneos lo intuyen, pero lo desestiman, e incluso piensan que no se debe tener en cuenta, ya que nos haría cómplices, y al considerarlo, participaríamos activamente como engranajes de servicio, al caos del sistema.

Por ejemplo, en su ensayo *La Sociedad Paliativa*, el filósofo contemporáneo Byung-Chul Han expone:

El dispositivo neoliberal de felicidad nos distrae de la situación de dominio establecida obligándonos a una introspección anímica. Se encarga de que cada uno se ocupe sólo de sí mismo, de su propia psicología, en lugar de cuestionar críticamente la situación social. El sufrimiento, del cual sería responsable la sociedad, se privatiza y se convierte en un asunto psicológico. Lo que hay que mejorar no son las situaciones sociales, sino los estados anímicos.

---

<sup>2</sup> Al momento de escribir este texto, estaba iniciando la guerra entre Rusia y Ucrania.

La exigencia de optimizar el alma, que en realidad la obliga a ajustarse a las relaciones de poder establecidas, oculta las injusticias sociales. Así es como la psicología positiva consume el *final de la revolución*. (Han B.-C. , La Sociedad Paliativa , 2021)

El autor surcoreano presenta aquí su certera pero compleja visión sobre lo que considera *positividad* o *psicología positiva*, la cual, implica por parte de los individuos una constante autocorrección, auto optimización, autoajuste psicológico o introspección anímica para que la individualidad no desentone con lo que la sociedad espera de nosotros: el *rendimiento autoinfligido*. Influenciados así por una visión positivista del mundo moderno, donde no hay cabida para el cuestionamiento del sistema, vivimos bajo el manto de las libertades, según el autor, en realidad sometidas a los dictámenes ejercidos por el orden establecido. De esta manera, Han subraya que en vez de cuestionar la manera en la que el panóptico<sup>3</sup> ejerce su poder sobre nosotros, se nos incita hacia la reflexión y corrección personal, paradójicamente, alejándonos cada vez más de nuestra propia identidad:

Desajustes, distorsiones y tensiones en el entramado social causan o incrementan los dolores crónicos. Sobre todo, es el vacío de sentido en la sociedad actual lo que hace insoportables esos dolores crónicos. Estos reflejan nuestra sociedad vaciada de sentido, nuestro *tiempo sin narración*, en el que la vida se ha convertido en pura supervivencia. Poco pueden hacer aquí los analgésicos y los análisis psicológicos. Nos vuelven ciegos para las causas socioculturales del dolor. (Han B.-C. , La Sociedad Paliativa , 2021)

Byung-Chul Han va más allá incluso, cuando sentencia que los análisis psicológicos poco pueden hacer por una mejoría de la situación social. Sin embargo, ¿cómo podemos interpretar lo que el autor hace?, ¿no es acaso un análisis de la manera en la que los individuos y el colectivo se relaciona con el sistema lo que centra el foco de su trabajo?, en sus reflexiones tan agudas ¿no acude a la introspección más profunda? y, ¿acaso no es la psique en su totalidad, como panóptico de vigilancia, como víctima y como perpetuador, la psique como *anima mundi* lo que el filósofo indaga?

Soy un seguidor de Han, y estoy convencido de que lo que él hace es un análisis psicológico, con seguridad no desde la *psicología positiva*, pero sí que analiza la lógica de la psique, individual y colectiva.

---

<sup>3</sup> Panóptico como el modelo social de vigilancia propuesto por Michel Foucault en su libro *Vigilar y Castigar* (1975), que refiere a una estructura en la que el poder se ejerce a través de mecanismos de control y vigilancia que se han interiorizado en la mente del individuo. Por ejemplo, las *aplicaciones*.

De hecho, personas como él, adelantadas a su momento, visionarios porque ven lo que pocos ven, acuden a las capas de su propia mente en búsqueda de tal entendimiento, el que los hace mirarse al espejo, donde en el reflejo visualizan a la humanidad como colectivo. Seres humanos que, en el cuestionamiento de sí mismos, en su interrelación con el contexto y con los demás encuentran los defectos o las cualidades, vicisitudes de nuestro tiempo. ¿No es eso acaso un análisis, un análisis psicológico? Tal vez lo es, *inconscientemente*, porque tal vez, el lenguaje no es suficiente, la consciencia no es suficiente.

Un análisis psicológico no está limitado exclusivamente a entrar en una consulta con un psicólogo, mucho menos significa auto cercenar nuestra propia libertad, inhabilitando así la posibilidad de conocernos a nosotros mismos, como lo propone Han. Errados o no, aún tenemos el libre albedrío para analizar, analizarnos, y analizar a los demás, leve o profundamente.

Como lo he mencionado antes, dentro del trabajo de Byung-Chul Han, una de las críticas más relevantes que plantea es al concepto de positividad, que según él, en nuestra sociedad implica la exclusión de lo negativo, la eliminación de lo indeseable, incluido el dolor, incluida la autocrítica. Esto impide una aceptación plena y una comprensión real de la realidad tal como es.

En ese sentido, el autor aboga, de manera implícita, tal vez sin ser del todo consciente de ello, o quizás siéndolo, pero sin nombrarlo, por una visión estructural cercana a la psicología analítica: la unión de los opuestos, la función compensatoria y reguladora de la psique en sus inicios, la comprensión del arquetipo de la Sombra.

Según el autor francés y biógrafo de Jung, Jean-Jacques Antier, “la sombra es antisocial, es la suma de los elementos psíquicos incompatibles con la vida en sociedad”:

El arquetipo de la Sombra es el enemigo, el traidor, el invasor, el competidor, y todo lo que es extraño, diferente y potencialmente peligroso. Clave de todos los racismos, puede engendrar una conducta delictiva, un conflicto armado y, llevada al extremo, puede crear una doble personalidad. (Antier, 2013)

El editor y analista junguiano Daryl Sharp va en la misma línea que Han cuando afirma que “la percepción de la sombra es inhibida por la persona”, y continúa:

Si nos identificamos con una persona brillante, la sombra será correspondientemente oscura. Así, la sombra y la persona se encuentran en una relación compensatoria, y el conflicto entre ellas está invariablemente presente en un brote de neurosis. La depresión que caracteriza este estado indica la necesidad de darse cuenta de que uno no es todo lo que pretende o desea ser. (Sharp, 1994)

Inhibición, conflicto, neurosis, depresión. Todos son conceptos constantes en la obra del filósofo surcoreano. A su manera, Han ha visualizado el arquetipo de la sombra colectiva y, mediante el pensamiento, ha necesitado integrar ciertos aspectos de su propia sombra individual. Si no fuera así, ¿de qué otra forma podría identificarla con tanta claridad? Ha despertado, se ha hecho consciente, gracias al análisis. Intenta también hacer conscientes a los demás, desde su comprensión del funcionamiento de la mente colectiva. De hecho, señala los efectos de la inconsciencia de la sombra, paradójicamente sin nombrarla como tal. Tal vez no lo hace porque no la reconoce del todo, o quizá porque, si su consciencia de la sombra fuera parcial o ilusoria, sería justamente porque el velo mismo de la Sombra, eso que llamo pandemia psíquica, no se lo permitiría ver.

El virus, la pandemia psíquica, está tan avanzado, que lo invita a pensar que el reconocimiento de nuestro mundo interior funciona como autoflagelación; que, en la búsqueda de una mejoría individual, nos encadenamos a la máquina implacable del rendimiento. Entonces incluso, esos pocos que tienen la capacidad intelectual o emocional para visualizar los profundos problemas de nuestra era y transmitirlos, encuentran trabas en la solución al considerarla una herramienta al servicio de nuestro vigilante.

Se entiende la llamada del autor surcoreano cuando insiste en que el análisis y la corrección debe orientarse primero *hacia* y *en* las capas exteriores de la sociedad. Pero ya lo anticipó Carl Jung:

Los grandes problemas de la humanidad nunca se resolvieron por leyes generales, sino siempre únicamente por renovación de la actitud del individuo. Si ha habido un tiempo en que la meditación interior fuera de absoluta necesidad y de extrema conveniencia, es, sin duda, en nuestra época actual, preñada de catástrofes.<sup>4</sup>

Si no cambia el individuo, no cambia el colectivo. No es descabellado pensar que la organización, o los problemas de la humanidad que se han venido desarrollando desde comienzos del siglo XX, y evolucionando de forma singular en los inicios del siglo XXI, habrían tenido un devenir distinto si quienes estaban a cargo hubiesen sostenido una meditación constante y una comprensión profunda de su mundo interior y psíquico. Pero, en cambio, al mantenerse alejados de ese conocimiento, y a través de la influencia de sus actos, han impregnado con su perfume la misma desconexión en nosotros, los herederos de su fortuna.

---

<sup>4</sup> Jung, Carl Gustav. *Lo Inconsciente en la vida psíquica normal y patológica*. Prólogo. Cabe resaltar que esto lo escribió Jung en 1916, pleno cénit de la Primera Guerra Mundial.

No es cuestión de idealizar ni de suponer que, si figuras como Byung-Chul Han o Carl Jung hubiesen tenido en sus manos el poder de legislar o reformar el sistema, el mundo sería otro. Sería ingenuo ignorar que detrás de cada figura de autoridad hay una red de fuerzas, estructuras e inercias que condicionan todo intento de transformación. Sin embargo, es legítimo imaginar cómo sería una sociedad que tomara en serio la dimensión psíquica del ser humano, una sociedad que, al menos, se preguntara por las raíces invisibles del malestar.

Ambos pensadores han señalado con claridad las falencias psíquicas del sistema como colectivo. Pero solo uno de ellos, puso el foco en las necesidades profundas del individuo. Después de todo, la filosofía y la psicología no son tan distintas.

Y es aquí donde más que nunca necesitamos recordar que la indagación en el entramado de nuestra mente individual no es un lujo, sino una necesidad. Porque la pandemia psíquica es la inconsciencia. Vivimos ajenos a nosotros mismos, al mundo que habitamos, a la procedencia de nuestros actos y de nuestras proyecciones. Somos automáticos. Nuestra sociedad tecnocrática y acelerada nos ha transformado en habitantes del automatismo, del ruido constante, de la neurosis cotidiana. La influencia de las máquinas y la velocidad de la intercomunicación nos han exiliado de nuestra capacidad reflexiva. Se ridiculiza toda influencia psicológica del pasado, y cuando esta emerge en el presente, la reprimimos con escapismos o la proyectamos con violencia, muchas veces en las redes sociales.

Joseph Campbell lo resumió con precisión:

Hoy no existe ningún significado en el grupo ni en el mundo; todo está en el individuo. Pero en él el significado es absolutamente inconsciente. El individuo no sabe hacia dónde se dirige, tampoco sabe lo que lo empuja. Las líneas de comunicación entre la zona consciente y la inconsciente de la psique humana han sido cortadas, y nos hemos partido en dos. (Campbell, 1959, págs. 341,342)

Somos herederos, descendientes directos del cénit de la desconexión con nuestro espacio interior. El camino del racionalismo, la revolución de las máquinas y la inflación de los intereses expansionistas, colonialismo, junto con los revanchismos, mortíferos juegos de poder. Estallaron los nacionalismos. La Primera Guerra Mundial entonces, cuyo resultado final, el “Tratado de Versalles”, significaría para Alemania y Europa en realidad, el compás de espera para un nuevo conflicto. Un Holocausto **es** la terrible exteriorización de una rabia contenida no por pocos años: **fue**, la manipulación de la mente colectiva y en particular de la Sombra contenida e ignorada, la que devastó al mundo, por segunda vez en menos de 30 años. En la primera mitad del Siglo XX, la velocidad del desastre humano va de la mano de la velocidad del desarrollo humano: barbarie y avance, dos caras de la misma moneda.

Guerra Fría a continuación: división, mundo radioactivo. Los conflictos esparcidos por todo el globo, pero focalizados en lugares poco nombrados. Capitalismo, control, consumo, adicción, sexualización; se va forjando nuestra realidad. Del acero al plástico, metafóricamente, reflejo del estado de transformación de la mente humana. Del acero a lo intangible, literalmente un reflejo de la velocidad de transformación del cuerpo de la máquina. Al final del siglo XX, ya la especie humana no era la creadora de la tecnología, sino su esbirro.

Innumerables artistas, poetas, filósofos, grandes matemáticos, científicos, guías espirituales. Revoluciones y transformaciones positivas por doquier también tienen lugar, pero no lo suficiente para cambiar el curso del sistema, siendo este posiblemente definido por un diseño superior que ha inclinado la balanza indiscriminadamente hacia lo *externo*.

Impregnados entonces por la *exteriorización total*, legado del siglo predecesor, ¿cómo no sería el curso correcto de las cosas, habitar el Siglo XXI absolutamente empujados hacia la enajenación? Consumando por fin nuestra *extracción total*, adaptándonos a esa positividad que nos usa, utilizándola para no pensar más de lo debido, pero sí para rendir más de lo necesario, y no para nosotros mismos. Así, es lógico que el resultado de los acontecimientos sea en realidad una gigantesca ruptura con las condiciones que fomentarían la evolución humana, que es interior.

Es justamente en este punto donde resulta fácil desacreditar estas ideas, y relegarlas al terreno de la autoayuda, del *coaching* motivacional, de la espiritualidad superficial o de esa psicología positiva que tanto critica Byung-Chul Han. Pero nada más lejos de la verdad. Aunque sea cierto que muchas de esas corrientes rozan la banalidad del consumo, del autoajuste o de la obediencia encubierta, también son el síntoma evidente de una búsqueda colectiva: una pulsión de reconexión con algo esencial de lo que nos hemos desligado. Y es aquí donde se produce una nueva paradoja. La misma maquinaria que nos vigila y nos exige rendimiento con su imperativo de mejora constante entra en contacto, casi sin saberlo, con una dimensión más profunda de nuestro ser. Una parte trascendental de nosotros mismos sigue deseando integrar lo que ha sido rechazado, olvidado o llevado hacia el inconsciente: nuestra naturaleza psíquica. Pero una vez más, no somos del todo conscientes de ello.

La dificultad radica en comprender que, para entender nuestra naturaleza psíquica, es imperativo analizar nuestro comportamiento, nuestra mente o, en otras palabras, necesitamos pensar por nosotros mismos, algo que cada vez hacemos menos, gracias a nuestras inseparables compañeras, las máquinas. A ellas, les estamos entregando grandes responsabilidades humanas.

Más importante aún, les estamos entregando **capacidades** humanas inmateriales, psíquicas: como la de reflexionar. No necesariamente porque estas máquinas lo hagan, sino porque nosotros lo dejamos de hacer. Poco a poco, entre más nos extraemos, más nos enajenamos y más le cedemos al componente externo (la máquina) cualidades intangibles de la especie humana, casi como una forma de proyección psicológica.

Justamente, Carl Jung describe con claridad lo que significa este “instinto de reflexión”, la esencia misma y la mayor riqueza de nuestra psique, al explicar que:

El instinto de reflexión supone la esencia y la mayor riqueza de la psique humana. La reflexión reproduce el proceso estimulador y traslada su impulso a una *serie de imágenes* que, finalmente, si el impulso es lo suficientemente fuerte, es reproducida en algún modo de expresión. Esta reproducción se refiere, en parte, a todo el proceso y, en parte, al resultado del desarrollo interno. (...) A través del instinto de reflexión, el proceso estimulador se transforma más o menos totalmente en contenido psíquico, es decir, se convierte *en experiencia: un proceso natural convertido en contenido consciente*. La reflexión es el *instinto cultural par excellence* y su fuerza se revela en la autoafirmación de la cultura frente a la nuda naturaleza. (Jung C. G., Obra Completa Vol. 8 - La Dinámica de lo Inconsciente, 2004)

Y, sin embargo, ese mismo instinto de reflexión que describe Jung, cuando logra abrirse paso entre el ruido de las máquinas, me dice que habitamos una pandemia psíquica, donde la inconsciencia de nuestras cualidades inmateriales resalta una búsqueda incesante de algo que hemos perdido, pero no sabemos qué es. Se evidencia a través de los síntomas propios de nuestra generación: brotes de neurosis, histeria, pereza, depresión, paranoia, temor y violencia. Para suavizarlos acudimos a la gigantesca máquina de escapismos y adormecimiento en la que se ha convertido el sistema: la industria multimillonaria del ocio con los videojuegos, los *streams*, los *influencer*, el alcohol o las drogas. Quienes se libran de todo lo anterior, en un desesperado gesto, alzan su mirada hacia los cultos, los gurús, el engaño místico o el Dios de nuestra era: la ciencia.

Pero existe una oportunidad, aunque nunca es la más fácil: confrontarse a sí mismo y desnudarse frente a la propia realidad, superando las bromas del destino. Redescubrir la fortaleza interna, la unidad de todas las partes que conforman nuestra actividad humana y transitar por el sendero del camino original, comprendiendo que el llamado no viene desde lo metafísico, sino desde la lógica. Llamado intelectual a la integración con el espíritu, a descifrar la estructura de la propia psique: origen y destino de todas las cosas.

La totalidad no es metafórica, es asequible. Requiere de compromiso, humildad, estudio y análisis: requiere de consciencia. Trascender es integrar los contenidos inconscientes, lo que no sabemos que existe pero que nos afecta, tanto individual como colectivamente. Traer de la oscuridad elementos a la luz exige valentía, pues de los escombros se renace, pero la transformación ahuyenta. Aquellos quienes sobrepasen la dificultad innata al despertar psíquico, comprenderán que sí vale la pena hacer parte del selecto grupo del uno por ciento, donde en este caso, el uno por ciento de la población es tan rica como el conjunto del grupo restante, y la riqueza, es la interior.

Ahí está, por supuesto, la esperanza.

## Referencias

- Antier, J.-J. (2013). *Jung: o la experiencia de lo sagrado*. Barcelona: Kairós.
- Campbell, J. (1959). *El héroe de las mil caras*. México D. F.: Fondo de Cultura Económica.
- Han, B.-C. (2021). *La Sociedad Paliativa*. Barcelona: Herder.
- Han, B.-C. (2021). *No-Cosas*. Barcelona: Taurus.
- Jung, C. G. (2004). *Obra Completa Vol. 8 - La Dinámica de lo Inconsciente*. Madrid: Trotta.
- Jung, C. G. (2016). *Escritos sobre espiritualidad y transcendencia*. Madrid : Trotta.
- Jung, C. G. (2016). *O.C. Jung 14: Mysterium coniunctionis: (3 ed.)*. Madrid: Trotta.
- Sharp, D. (1994). *Lexicón Junguiano*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.